

Министерство образования и науки Российской Федерации
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «САРАТОВСКИЙ
НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра методологии образования

**ФОРМИРОВАНИЕ ОСНОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ
ДОШКОЛЬНИКОВ В УСЛОВИЯХ РАЗНОВОЗРАСТНОЙ ГРУППЫ
ДЕТСКОГО САДА**

АВТОРЕФЕРАТ ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ

студентки 5 курса, 521 группы
направления 44.03.01. Педагогическое образование
профиля «Дошкольное образование»
факультета психолого-педагогического и специального образования

Бухариной Любови Александровны

Научный руководитель
канд. пед. наук, доцент

подпись, дата

Е.А. Никитина

Заведующий кафедрой
док. пед. наук, профессор

подпись, дата

Е.А. Александрова

Саратов 2017

Введение. Один из главных показателей социального благополучия того или иного государства напрямую связан с уровнем физического и психического здоровья его граждан. Анализ реальной ситуации в стране свидетельствует о том, что данный показатель нельзя считать достаточным по своему уровню проявления. Связано это с многочисленными негативными явлениями современной жизни: непростыми социально-экономическими условиями, экологическим неблагополучием, отчасти несовершенной системой здравоохранения и недостаточной воспитательной работой образовательных организаций и др.

Во многом ситуация усугубляется и самим образом жизни людей, который зачастую нельзя отнести к так называемому «здоровому образу жизни» (ЗОЖ). Как подтверждение – сложившаяся тенденция к ухудшению состояния здоровья всех социально-демографических групп населения России и, в особенности, детей дошкольного и школьного возраста.

Учитывая вышесказанное проблема формирования здорового образа жизни людей по своей важности и приоритетности становится сегодня проблемой государственного уровня значимости, обращенная в своем разрешении одновременно ко всем социальным институтам современного общества, в ряду которых – дошкольная образовательная организация (ДОО).

Дошкольное детство является основополагающим этапом в развитии человека, фундаментом формирования его физического и психического здоровья. Этот период сопровождается интенсивным развитием всех органов и многофункциональных систем организма ребенка, формированием характера. Поэтому и важно уже в дошкольном возрасте сформировать у детей базу знаний и практических навыков ЗОЖ, представления и осознанную потребность в регулярных занятиях физической культурой и спортом.

Теоретические аспекты формирования представлений о здоровом образе жизни у детей дошкольного возраста раскрыты в исследованиях А.Л. Венгера, Т.Г. Кареповой, М.Д. Маханевой, Е.О. Смирновой и др. Формирование ценностного отношения дошкольников к здоровью и жизни отражают работы

С.А. Козловой, И.М. Новиковой, М.Ю. Стожарова и др. Аспекты работы с разновозрастной группой ДОО представлены в работах таких авторов, как Грачева Н.И, Доронова Т.Н., Тимофеева Л.Л., Корнеичева Е.Е. и др.

На сегодняшний день в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (ФГОС ДО) образовательная область «Физическое развитие», включающая компоненты: «Здоровье», «Физическая культура», занимает одно из ведущих мест в образовательном процессе современной дошкольной образовательной организации.

Специфика сформированности основ здорового образа жизни у детей дошкольного возраста определяется наличием у детей знаний и представлений об элементах здорового образа жизни (соблюдении режима, гигиенических процедурах, двигательной активности), и умением осуществлять их в поведении и деятельности доступными для ребенка навыками (чистить зубы, мыть руки, делать зарядку). А сама потребность в здоровом образе жизни формируется у дошкольника на основе складывающегося отношения к собственному здоровью. Эта потребность зарождается и развивается в процессе осознания ребенком себя как человека и личности в условиях детского и детско-взрослого сообщества и в семье, и в ДОО.

Значительный успех достигается при правильно выстроенной педагогической работе в условиях разновозрастной группы детского сада, когда положительные примеры, образцы поведения более старших по возрасту детей помогают младшим полноценно освоить культурно-гигиенические и социальные навыки, приобщиться к основам ЗОЖ более естественно и непринужденно. Сегодня наиболее актуальны именно практические аспекты работы ДОО в этом направлении.

Всё вышеизложенное определило выбор темы выпускной квалификационной работы «Формирование основ здорового образа жизни дошкольников в условиях разновозрастной группы детского сада».

Объект исследования – образовательный процесс в ДОО.

Предмет исследования – процесс формирования основ здорового образа жизни у детей дошкольного возраста в условиях разновозрастной группы детского сада.

Цель исследования – изучение теоретических аспектов формирования основ здорового образа жизни у детей дошкольного возраста и представление практических аспектов работы по формированию основ ЗОЖ в условиях разновозрастной группы детского сада.

Для достижения цели необходимо решить задачи:

1. изучить сущность понятий «здоровье» и «здоровый образ жизни»;
2. выявить возрастные особенности формирования основ здорового образа жизни;
3. раскрыть понятие и сущность разновозрастной группы;
4. обосновать задачи, содержание и формы работы по формированию основ здорового образа жизни у дошкольников;
5. раскрыть условия для формирования основ здорового образа жизни дошкольников;
6. представить опыт работы по формированию основ здорового образа жизни у дошкольников в условиях разновозрастной группы детского сада (на примере МДОУ «Детский сад «Полюшко» п. Нариманово Питерского района Саратовской области).

Методы исследования:

теоретические – анализ педагогической, психолого-педагогической литературы по проблеме исследования; эмпирические – наблюдение, беседа, анализ продуктов деятельности детей, обобщение педагогического опыта.

Структура работы: Выпускная квалификационная работа (объёмом 59 страниц) состоит из введения, двух основных разделов, заключения, списка использованных источников и приложений. Список использованных источников включает 27 наименований. Выпускная квалификационная работа расширена за счет приложений. В работе содержатся две таблицы.

Основное содержание работы. В рамках первого раздела раскрыты понятия «здоровье» и «здоровый образ жизни», выявлены возрастные предпосылки формирования основ здорового образа жизни у детей дошкольного возраста, рассмотрены понятие и существенная характеристика разновозрастной группы детского сада.

Междисциплинарный анализ показывает, что здоровье – это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только лишь отсутствие болезней и физических дефектов, здоровый образ жизни – это реализация комплекса действий во всех основных формах жизнедеятельности человека: трудовой, общественной, семейно-бытовой, досуговой.

Здоровый образ жизни в отношении и детей, и взрослых отражает на себе действие многих внутренних и внешних факторов, объективных и субъективных условий, благоприятно влияющих на состояние здоровья. Особая важность ЗОЖ состоит еще и в том, что он считается серьезной предпосылкой для формирования других сторон жизнедеятельности человека, достижения им активного долголетия и полноценного выполнения социальных функций.

Педагогические исследования показывают, что отношение ребенка к своему здоровью напрямую зависит от сформированности в его сознании правильных представлений о нем, положительных примеров в детско-взрослом сообществе, активное вовлечение в деятельность по формированию положительных привычек. В то же время следует учитывать, что каждый возрастной период дошкольного детства характеризуется своими особенностями, которые следует учитывать в работе по формированию основ здорового образа жизни.

Разновозрастная группа – особый «социальный организм» и, вместе с тем, разновозрастная группа детского сада является типичной моделью интегративной группы, в которой объединяются разные по своим физическим и умственным возможностям дети.

Анализ теории проблемы и практика ДОО подчеркивают, что в совместном воспитании детей разного возраста есть много позитивных

моментов. Постоянное общение младших детей со старшими создает благоприятные условия для формирования дружеских отношений, заботливости, самостоятельности. Особое значение приобретает пример старших для младших во всех видах деятельности и общения.

Попадая в разновозрастную группу, ребенок видит то, к чему он реально может стремиться, понимает, что если другие дети это делают, то значит, и он сам может этого достичь сейчас или когда чуть-чуть подрастет. Дети тянутся за старшими, учатся у них, перенимают правила поведения, способы решения конфликтов, а так же, конечно, хотят повторить то, чем занимаются старшие – например, интересуются более сложным материалом. Находят своё подтверждение слова Мария Монтессори: «Занятия старшего близки возможностям младшего, что усиливает его интерес».

В содержании второго раздела представлены практические аспекты педагогической работы по формированию основ здорового образа жизни дошкольников в условиях разновозрастной группы детского сада (на примере МДОУ «Детский сад «Полюшко» п.Нариманово Питерского района Саратовской области), проанализированы условия детского сада, а также собственный опыт работы в разновозрастной группе в качестве воспитателя.

Педагогический коллектив детского сада «Полюшко» осознает, что современное состояние общества, высочайшие темпы его развития представляют все новые, более высокие требования к человеку и его здоровью. По-прежнему актуально суждение В.А. Сухомлинского: «Я не боюсь еще и еще повторить: забота о здоровье – это важнейший труд воспитателей. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы». Эти идеи стали основой нашей организационной работы по формированию основ ЗОЖ у детей в МДОУ «Детский сад «Полюшко».

Одним из основных условий успешности работы в этом направлении является грамотная организация здоровьесберегающего процесса в детском саду, обеспечение его управляемости. Управление целесообразно строить на

основе алгоритмов на всех уровнях: индивидуальном, групповом, на уровне ДОО в целом и шире – образовательного социума. Это позволяет своевременно разрабатывать систему мер, способных влиять на состояние здоровья ребенка в условиях ДОО.

Для формирования представлений дошкольников о здоровом образе нами реализованы специальные упражнения, укрепляющие здоровье детей, система физического воспитания. Для этого ежедневно в группах детского сада проводится утренняя гимнастика, цель которой – создавать бодрое, жизнерадостное настроение у детей, укреплять здоровье, развивать выносливость, физическую силу. В разновозрастной группе она проходила особенно успешно.

Большое значение для формирования представлений дошкольников о здоровом образе жизни оказывают подвижные игры. Проводятся они в группах, на специальных занятиях, во время прогулок и в промежуточные интервалы между занятиями. Реализация работы по формированию основ здорового образа жизни у детей в условиях ДОО осуществляется через занятия, через режим, игру, прогулку, индивидуальную работу, самостоятельную деятельность в условиях разновозрастной группы.

Определение уровня сформированности знаний о здоровом образе жизни у детей нашей разновозрастной группы осуществлялось при использовании методов исследования: изучение условий ДОО для формирования основ здорового образа жизни детей, наблюдение за режимными моментами, игровой деятельностью, поведением на прогулках; индивидуальные беседы с детьми.

Для организации ознакомления дошкольников с основами здорового образа жизни в детском саду созданы все необходимые условия. Их анализ и анализ образовательной среды ДОО, а также проводимой работы показал, что в ДОО ведется успешное воспитание здоровых и многосторонне развитых детей. Здесь они получают полноценный уход, рациональное питание, систематический контроль над развитием и здоровьем.

Работая над проблемой формирования у детей разновозрастной группы представлений об основах здорового образа жизни как активной деятельности,

направленной на сохранение и укрепление здоровья, нами в качестве ориентира были выбраны показатели сформированности здорового образа жизни у дошкольников (по С.В. Гурьеву):

- представления об окружающей среде.
- представления о методах сохранения и укрепления своего здоровья.
- знание основных терминов физической культуры.
- знание строения своего тела, назначения внутренних органов.
- знание того, что полезно и что вредно для организма.
- умение самостоятельно проводить утреннюю гимнастику.
- умение применять теоретические знания о здоровом образе жизни в

повседневной деятельности.

- умение соблюдать технику безопасности на занятиях по физической культуре и в повседневной жизни. Диагностика (входная и заключительная) осуществлялась нами по данным критериям. А спланированная и реализованная нами серия занятий тематически соответствовала этому содержанию.

На протяжении всех занятий в разновозрастной группе в процессе решения тех или иных задач участвовали все дети. Разница лишь в нагрузке и объеме заданий, а также их сложности. Такое построение занятий в разновозрастной группе дает возможность сориентироваться, как нужно осваивать те или иные навыки или знания. Младшие видят, как стараются дети постарше, а дети 7 лет не забывают знания, которые уже были усвоены. Результаты проделанной работы отмечены положительной динамикой в развитии детей.

Заключение. Завершив исследование по проблеме «Формирование основ здорового образа жизни дошкольников в условиях разновозрастной группы детского сада», выделим основные выводы:

- Здоровье понимается как состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствием болезней и физических

дефектов. Здоровый образ жизни рассматривается с двух позиций: как фактор здоровья, полноценного развития ребенка и как главное условие формирования у него навыков здорового поведения.

- Возрастными предпосылками для стойкого формирования представлений у дошкольников о здоровом образе жизни являются: активно развиваются психические процессы; заметные положительные изменения в физическом и функциональном развитии; дети старшего дошкольного возраста способны самостоятельно выполнять бытовые поручения, владеют навыками самообслуживания, прилагают волевые усилия для достижения поставленной цели в игре, в проявлении физической активности.

- Раскрывая разновозрастную группу детского сада как современное педагогическое явление, представленное в теории и практике дошкольного образования, было отмечено, что детям в таких объединениях привычнее соотносить свои потребности с желаниями и возможностями тех, кто младше или старше. Младшие успешнее обучаются на примере старших в группе, старшие адаптируются к этой роли, поскольку в ситуации численного преобладания однодетных семей такая возможность у них в реалиях семьи отсутствует. Такие группы похожи на живой организм, в котором каждый выполняет свою важную роль, и они постоянно меняются – малыши подрастают, а старшие уходят в школу. По сути дела, в разновозрастных группах сохраняется утраченная в городских условиях разновозрастная культура большой семьи, «дворового сообщества». А в условиях сельской местности разновозрастные группы в ДОО – не только педагогическая потребность, но жизненная необходимость в силу малочисленности населения и ограниченности кадрового состава педагогических работников.

- Практическая часть работы проводилась нами на базе МДОУ «Детский сад «Полюшко» пос. Нариманово Питерского района Саратовской области. Ключевыми организационными аспектами в работе по формированию основ здорового образа жизни дошкольников в условиях разновозрастной группы «Детского сада «Полюшко» (13 человек) стали совместные прогулки,

индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей и традиционно – занятия и игра в разновозрастном составе. Важными целевыми аспектами стали – личная гигиена детей; режим жизни и питания; двигательная активность – обучение детей элементарным приемам здорового образа жизни.

- Для организации ознакомления дошкольников с основами здорового образа жизни в детском саду созданы необходимые условия: музыкально-физкультурный зал, оборудованный современным оборудованием; физкультурный уголок в групповой комнате; спортивная площадка (на участке детского сада); уголок релаксации в групповой комнате и др.

- Реализованная нами работа по формированию основ здорового образа жизни у детей разновозрастной группы в детском саду «Полюшко» включала создание предметно-пространственной развивающей среды, ориентированной на обогащение знаний детей о здоровом образе жизни, стимулирующую двигательную и познавательную активность, и её использование в образовательном процессе ДОО. Нами разработана и апробирована серия занятий. Например, «Здоровый образ жизни. Что это?», «Здоровье в порядке, спасибо зарядке!», «Зимние забавы», «Витамины укрепляют организм» и др., направленных на познание дошкольниками основ здорового образа жизни, их приобщению детей к физической культуре, личной гигиене, культуре поведения и т.п.

Важное значение в работе по формированию здорового образа жизни приобретает организация работы с родителями. Истоки здоровья ребенка и приобщения к ЗОЖ – в здоровом образе его семьи, родителей, близких людей.

Итоговая диагностика показала, что у детей в разновозрастной группе повысился уровень знаний в области здорового образа жизни, сложились представления о здоровье и здоровье окружающих. Наше включенное наблюдение показало, что дети с интересом стали относиться к нашим занятиям по тематике здорового образа жизни и режимным моментам по укреплению своего здоровья. В работе с родителями на собраниях, консультациях просветительская деятельность постепенно стала иметь

адекватный отклик и успех. В «Уголке здоровья» представили нужные рекомендации, советы. Думается, сложился наш союз с родителями в совместной работе по приобщению детей к здоровому образу жизни.

Таким образом, нужна систематическая работа по формированию основ здорового образа жизни детей дошкольного возраста, которая способствует укреплению здоровья детей, формирует представление о здоровье как о ценности, приобщает к полезным привычкам здорового образа жизни с раннего возраста и имеет правильное продолжение в дальнейшем.